



El asma en los niños

Cómo ayudar a su hijo a llevar una vida normal

Tratar el asma a diario puede ser difícil para los niños. El asma no controlada puede hacer que los niños falten a la escuela, y los padres, al trabajo. Puede privar a los niños de practicar deportes o realizar otras actividades, y también hacer que se los ingrese en un hospital. A continuación, encontrará algunas formas de controlar el asma de su hijo y mantenerlo saludable.

Cuatro formas de controlar el asma

- 1 Evite los factores que pueden desencadenar un ataque de asma.**
El humo del cigarrillo y otras formas de inhalación de humo son irritantes nocivos para los pulmones. Los gases de los escapes de los automóviles y el aire muy frío también pueden irritar los pulmones y provocar un ataque de asma. Las alergias, los resfríos, la gripe y otras enfermedades también pueden provocar un ataque. Cuando el asma está adecuadamente controlada, es posible hacer ejercicio y es menos probable que se provoque un ataque. Hable con el médico sobre la ejercitación adecuada para su hijo y cómo evitar los ataques.
- 2 Es posible que su hijo reciba medicamentos contra el asma.**
Algunos se toman a diario para que su hijo no sufra un ataque. Estos medicamentos a menudo se denominan “medicamentos controladores”, y otros se toman solo si se produce un ataque de asma. Estos medicamentos a menudo se denominan “medicamentos de rescate”. Su hijo puede necesitar uno o más medicamentos para controlar el asma.
- 3 Realice un plan de control del asma.**
En este plan, se incluye qué medicamentos debe tomar su hijo y cuándo. Se debe entregar en la escuela, la guardería, el grupo deportivo de su hijo, y a cualquier otra persona que pase tiempo con su hijo o lo cuide.
- 4 Programe visitas periódicas al médico de su hijo.**
El médico se asegurará de que se esté controlando el asma y de que usted tenga un buen plan de control. Puede hacer cambios en los medicamentos o en el plan de control.

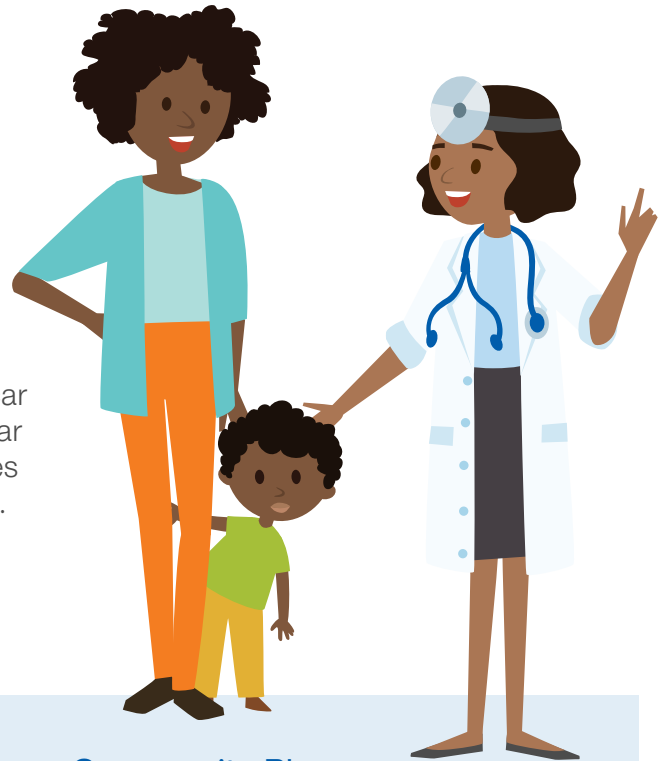
En qué casos es una emergencia

Un ataque de asma puede ser muy grave. Proporcionar a su hijo medicamentos en el hogar puede ayudar. Pero si observa alguno de estos signos, busque ayuda de inmediato:

- Tiene el rostro o los labios azulados.
- Parece tener somnolencia o estar confundido durante el ataque.
- Tiene dificultad para respirar.
- Está ansioso o molesto porque no puede respirar.
- Presenta un aumento del pulso y transpira.

Trabaje con su médico

Los niños pueden tener una vida normal, aunque presenten asma. Pueden ir a la escuela, jugar con sus amigos y practicar deportes u otras actividades. Utilice estas ideas para controlar el asma de su hijo. Hable con su médico para conocer cuáles son los factores que provocan un ataque de asma en su hijo. Si el asma limita la ejercitación y actividad física de su hijo, hable con su médico de inmediato.



Para obtener información sobre UnitedHealthcare Community Plan:



Llame a Servicios para Miembros al
1-866-270-5785, TTY 711



Visite **UHCCommunityPlan.com** o **myuhc.com/CommunityPlan**

UHCCommunityPlan.com

© 2019 United HealthCare Services, Inc. Todos los derechos reservados.
956-CST20508 1/19

 **UnitedHealthcare®**
Community Plan

UnitedHealthcare does not discriminate on the basis of race, color, national origin, sex, age or disability in health programs and activities. We provide free services to help you communicate with us. Such as, letters in other languages or large print. Or, you can ask for an interpreter. To ask for help, please call the toll-free member phone number listed on your health plan member ID card, TTY 711, Monday through Friday, 7:00 a.m. to 7:00 p.m.

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-270-5785, TTY 711.

注意: 如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-866-270-5785, TTY 711。